



СОГЛАСОВАНО

ИО Директора

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Зелик Л.А.

Утверждаю

Директор

ООО Общественное питание

Фомин А.М.



Меню приготавливаемых блюд

Дата

Возрастная воспитанники 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
			Б	Ж	У		
День 3							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	15,52	24,08	4,43	293,54	43,00р.
	Какао с молоком	200	3,70	3,70	15,02	107,44	9,00р.
	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	22,00р.
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	1,75	0,27	11,57	54	1,50р.
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	2,50р.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		535	24,53	28,91	61,94	605,78	78,00 Р
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком с маслом растительным	48/6/6	0,96	6,06	1,80	65,4	12,00р.
	Суп- пюре из разных овощей	200	3,34	4,56	11,84	103,14	25,00р.
	Гренки из пшеничного хлеба для супа	10	1,24	0,16	7,61	33,64	2,00р.
	Макароны отварные с овощами	150	6,43	6,42	31,57	208,95	12,00р.
	Котлеты рыбные любительские	100	16,30	4,87	7,80	138,5	55,00р.
	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,48	0,20	16,16	69,2	15,00р.
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	35	2,46	0,38	16,20	75,6	1,50р.
	Хлеб пшеничный	45	3,46	0,43	21,56	106,2	2,50р.
ИТОГО ЗА ОБЕД		800	34,67	23,08	114,54	800,63	125,00 Р
ПОЛДНИК	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,90	56,7	11,00р.
	Запеканка овощная	200	5,90	12,87	29,10	255,95	27,00р.
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	6,06	13,03	43,00	312,65	38,00 Р
УЖИН	Чай с лимоном	200	0,26	0,00	10,24	42,2	4,00р.
	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	22,00р.
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	2,50р.
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,75	0,27	11,57	54	1,00р.
	Картофельная запеканка с мясом	200	26,82	18,28	29,20	388,16	43,50р.
ИТОГО ЗА УЖИН		560	32,71	19,13	77,67	616,76	73,00 Р
УЖИН 2	Йогурт	200	6,00	5,00	22,00	160	23,00 Р
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	6,00	5,00	22,00	160,00	23,00 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2495	103,97	89,15	319,15	2495,82	337,00 Р